



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ «ГИМНАЗИЯ № 56» Г.ИЖЕВСКА**

Рекомендовано  
Научно-методическим  
советом МАОУ «Гимназия № 56»  
Протокол №1 от 23.06.2022г.

Рассмотрено на заседании  
методического объединения  
Протокол №1 от 23.06.2022г.

Утверждено  
Директор МАОУ «Гимназия № 56»  
М.В. Никитина  
Приказ №417/2 от 23.06.2022г.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СЕРТИФИКАТ: 00FA FFBS 65F5 4C3F 6746 2574 F148 9198 34  
ВЛАДЕЛЕЦ: НИКИТИНА МАРИНА ВИКТОРОВНА  
ДЕЙСТВИТЕЛЕН: с 25.02.2022 до 21.05.2023

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
социально-гуманитарной направленности  
«Психология как наука и практика»**

Срок реализации: 1 год  
Возраст обучающихся: 16-17 лет

Составитель:  
Никитина Наталья Вячеславовна  
Педагог дополнительного образования

г.Ижевск, 2022г.

## Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «**Психология как наука и практика**» (далее программа) имеет социально-гуманитарную направленность, **уровень усвоения** – базовый, область образования – психология.

Программа модифицированная, составлена на основе учебно-методического пособия: Преподавание психологии в школе, III – XI классы, под редакцией И.В. Дубровиной, тематического и поурочного планирования, рекомендованного Редакционно-издательским Советом Российской Академии образования к использованию, Москва-Воронеж, 2003г. За основу взяты два курса: «Уроки психологии в X классе» и «Уроки психологии в XI классе» и основана на личном опыте.

Данная программа углубляет основы психологии в школе, предполагает сотрудничество подростков и старшеклассников со взрослыми в пространстве проблем самосознания, личностной самореализации и саморегуляции, интеллектуальной и личностной рефлексии. Именно в этот период осознанно формируются нравственные ценности, жизненные перспективы, происходит осознание самого себя, своих возможностей, способностей, интересов, стремления ощущать себя и стать взрослым, тяга к общению со сверстниками, внутри которого оформляются общие взгляды на жизнь, на отношения между людьми, на свое будущее, формируются личностные смыслы жизни.

Основной смысл личностного развития в подростковом и раннем юношеском возрасте состоит в осознании школьником уникальности своей личности, своей индивидуальности, в понимании и признании того, что любой другой человек столь же уникален и индивидуален. «Психология» как учебный предмет рассматривается как «зона ближайшего развития» личности школьника.

**Объём программы:** Программа реализуется 1 год, занятия проводятся 1 раз в неделю, продолжительностью 2 часа с общей годовой нагрузкой 72 часа.

**Адресат программы:** Возраст детей 16-17 лет. В течение всего учебного года возможен дополнительный набор после прохождения дополнительного тестирования. Прием детей ведется без конкурсного отбора, могут заниматься все желающие, но проявляющие интерес к изучению психологии и прошедшие образовательные программы этой же направленности.

В группе должно быть не менее 10 человек и не больше 16.

**Форма обучения:** очная, с применением дистанционных технологий. Использование таких дистанционных платформ как zoom, Google classroom - различные уроки, варианты опросов и заданий.

Программа «Психология как наука и практика» предусматривает не только лекционную форму, но и участие в диспутах, встречах, конференциях, «круглых столах», олимпиадах разного уровня (школьной, районной, городской), а также проектную и исследовательскую деятельность. В учебной работе по психологии со старшеклассниками (учащиеся 10-11 классов) основное внимание необходимо уделять пониманию ими своего призвания, их умению видеть смысл жизни, временным перспективам и эмоциональным привязанностям, профессиональному выбору и будущей семейной жизни и др.

**Цель программы:** развитие социально-эмоционального интеллекта (способность к саморегулированию, ответственность, осознанность, эмпатийность и др.).

Основными **задачами** являются:

- Образовательная - изучение истории возникновения и развития психологии как науки, знакомство с основными областями применения психологических знаний, различными аспектами психологической культуры и её роли в повседневной жизни человека, использование технологий неформального общения участников образовательных отношений,

- научно-исследовательская - обучение навыкам организации научно-исследовательской работы, проведение психологических исследований в рамках школьного эксперимента, ознакомление учащихся с историей развития и современными достижениями по психологии, расширение использования сетевых коммуникаций в реальной и виртуальной среде для решения организаторских задач и социальных проектов
- допрофессиональная - осознание специфики деятельности практического психолога, освоение практических навыков и формирование представлений о возможности их применения в разных сферах деятельности, включение детей в освоение практик развития Человека (включая различные его аспекты — эмоциональный, волевой, духовный, интеллектуальный),  
Содержание программы не только раскрывает суть научной психологии, но и знакомит с учеными, которые создавали эту науку. Жизнь и деятельность каждого из них – это удивительные страницы мировой психологической мысли.

### **Ожидаемые результаты**

- Формирование у детей позитивной Я- концепции и устойчивой самооценки;
- развитие интереса к собственному внутреннему миру;
- приобщение обучающихся детей к общечеловеческим ценностям;
- сформированное стойкое убеждение в приемлемости или неприемлемости соответствующих способов поведения, использование приёмов бесконфликтного решения вопросов;
- умение слышать, понимать собеседника, строить умозаключения, доказывать мысль;
- умение оценивать ситуацию и противостоять негативному давлению со стороны окружающих;
- владеть «эмоциональной грамотностью» (навыки работы в стрессовых ситуациях, навыками эмоциональной разгрузки и возможностями использование их в жизни);
- осознать свои достоинства и достоинства других людей;

### **Основными критериями усвоения материала являются:**

1. Анализ продуктов познавательной деятельности;
2. целенаправленное наблюдение за работой обучающихся на занятиях;
3. умение обучающихся давать самооценку и оценку происходящим событиям с необходимыми комментариями и объяснениями;
4. умение определять и изменять своё эмоциональное состояние без использования медикаментозных и тонизирующих средств;
5. владение основами позитивного коммуникативного общения.

**Формы контроля:** практические занятия, беседы, дискуссии, игры, проведение детьми мероприятий социального характера, участие в конкурсах, конференциях, олимпиадах разного уровня

## Учебный план

№ п\п	Название разделов, тем	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
	Вводное занятие	1	1	
	<b>Раздел 1. Возникновение и развитие психологии как науки</b>	<b>16</b>	<b>8</b>	<b>8</b>
1.1.	Тема 1.1. Инструктаж по технике безопасности	2	1	1
1.2.	Тема 1.2. Почему и как возникло психологическое знание.	2	1	1
1.3	Тема 1.3. Источники психологического знания	2	1	1
1.4.	Тема 1.4. Организация первой психологической лаборатории. Первые программы развития психологической науки.	2	1	1
1.5.	Тема 1.5. Ведущие психологические направления в зарубежной психологии	2	1	1
1.6.	Тема 1.6. Развитие научной психологии в России.	2	1	1
1.7	Тема 1.7. Основные направления отечественной психологии	2	1	1
1.8	Тема 1.8. Современное состояние отечественной психологии.	2	1	1
	<b>Раздел 2. Личность.</b>	<b>26</b>	<b>14</b>	<b>12</b>
2.1.	Тема 2.1. Общее понятие о личности и её структуре: индивид, личность, индивидуальность.	2	1	1
2.2.	Тема 2.2. Личностная зрелость. Кого можно назвать состоявшейся личностью. Проблема свободы воли. Смысл жизни.	2	1	1
2.3.	Тема 2.3. Социализация и самоопределение. Стадии, институты социализации	2	1	1
2.4.	Тема 2.4. Психологические барьеры. Неуверенность в себе. Стресс и фрустрация. Психологические зависимости, анализ причин, способы избавления	2	1	1
2.5.	Тема 2.5. Ощущение. Восприятие	2	1	1
2.6.	Тема 2.6. Мышление. Речь	2	1	1
2.7.	Тема 2.7. Эмоции. Психическое регулирование деятельности личности.	2	1	1
2.8.	Тема 2.8. Память. Внимание. Воля.	2	1	1
2.9.	Тема 2.9. Темперамент и его особенности, индивидуальный стиль деятельности. Свойства и типы темперамента.	2	1	1
2.10.	Тема 2.10. Характер, его структура. Взаимодействие характера и темперамента. Формирование характера. Акцентуации характера.	2	1	1
2.11.	Тема 2.11. Способности. Виды, уровни и условия развития.	2	1	1
2.12.	Тема 2.12. Общее понятие. Структура деятельности.	2	1	1

	Мотивы. Цель и смысл деятельности.			
	<b>Раздел 3. Общение и конфликты</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>
3.1	Тема 3.1. Общение: виды, структура, механизмы.	2	1	1
3.2	Тема 3.2. Конфликты: понятие, виды, структура, этапы.	2	1	1
	<b>Раздел 4. Возрастная психология</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>
4.1	Тема 4.1. Периодизация возрастного развития. Основные понятия и общие вопросы развития	2	1	1
4.2	Тема 4.2. Место детства в становлении личности. Роль социальных факторов в развитии личности.	2	1	1
4.3	Тема 4.3. Формирование личности ребенка в школьном возрасте.	2		2
	<b>Раздел 5. Исследовательская, проектная деятельность.</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>4</b>
5.1.	Тема 5.1. Исследовательская, проектная деятельность, структура, этапы, методы, особенности проведения тестирования, анкетирования	2	2	
5.2.	Тема 5.2. Определение содержания теоретической части исследования. Подбор психологического инструментария. Обработка и анализ результатов тестирования.	4	1	3
5.3.	Тема 5.3. Соотнесение гипотезы и полученных данных. Выводы. Рекомендации. Подготовка к защите, представлению результатов исследования, проекта.	4	1	3
5.4	Тема 5.4. Защита исследовательской, проектной деятельности. Участие в школьной научно-исследовательской конференции.	2		2
	<b>Раздел 6. Участие в Олимпиадах по психологии разного уровня</b>	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>6</b>
6.1.	Тема 6.1 Всероссийские, дистанционные, межрегиональные и др.	8	2	6
	Итоговое занятие	1	1	
	Итого часов	72	34	38

## Содержание программы

### **Раздел 1. Возникновение и развитие психологии как науки.**

*Краткое содержание теории:* знакомство на занятиях с философскими истоками психологии. Обсуждение «Почему и как возникло психологическое знание». Источники психологического знания. Организация первой психологической лаборатории. Первые программы развития психологической науки. Ведущие психологические направления в зарубежной психологии: основные положения и понятия (бихевиоризм, психоанализ, гештальтпсихология, гуманистическая психология и др.). Развитие научной психологии в России. Основные направления отечественной психологии (культурно-историческая теория Л.С.Выготского, теория деятельности А.Н.Леонтьева, нейропсихология (А.Р.Лурия), теория Б.М.Теплова, концепция В.Н.Мясищева. Современное состояние отечественной психологии. Проводится инструктаж по технике безопасности.

*Практика.* Дети выступают с краткими докладами по ведущим направлениям психологии. Принимают участие и/или организуют районный фестиваль по психологии.

### **Раздел 2. Личность.**

*Краткое содержание теории:* на занятиях раскрываются общие понятия о личности и её структуре: индивид, личность, индивидуальность. Обсуждение критериев личностной зрелости, свободы воли и смысла жизни. Социализация и самоопределение. Стадии, институты социализации. Психологические барьеры. Неуверенность в себе. Стресс и фрустрация. Психологические зависимости, анализ причин, способы избавления. Основные психические процессы – ощущение, восприятие, мышление, речь. Теория эмоций по Изарду. Темперамент и его особенности, индивидуальный стиль деятельности. Сравнение понятий «темперамент» и «характер». Свойства и типы темперамента. Характер, его структура. Взаимодействие характера и темперамента. Формирование характера. Акцентуации характера. Способности. Виды, уровни и условия развития. Общее понятие. Структура деятельности. Мотивы. Цель и смысл деятельности

*Практика.* Подготовка и проведение фестивалей психологии для учащихся 5 и 10 классов

### **Раздел 3. Общение и конфликты**

*Краткое содержание теории:* на занятиях объясняется значение общения в жизни человека, понятие «общение» (притча о значении общения). Дискуссия о роли общения. Раскрывается понятия конфликтологии, конфликтная ситуация, содержание занятия ориентирует на оказание помощи учащимся в осознании различных способов выхода из конфликта. Теория бесконфликтного общения.

*Практика.* Дети разбирают с точки зрения основ конфликтологии проблемные ситуации, предлагают различные выходы, как можно было предотвратить конфликт.

Совместно готовят сценарий, оформляют стенд «Конфликт, способы выхода из конфликта» для учащихся основной и старшей школы. Принимают участие в детской школьной конфликтной комиссии.

### **Раздел 4. Возрастная психология.**

*Краткое содержание теории:* на занятии обсуждаются различные теории периодизации возрастного развития. Основные понятия и общие вопросы развития. Место детства в становлении личности. Роль социальных факторов в развитии личности. Формирование личности ребенка в школьном возрасте.

*Практика.* Подготовка и проведение театральных психологических миниатюр по решению различных вопросов, проблемных ситуаций по психологии.

### **Раздел 5. Исследовательская, проектная деятельность**

*Краткое содержание теории:* на занятиях обсуждаются структура, этапы и методы исследовательской, проектной деятельности, особенности проведения тестирования, анкетирования. Определение содержания теоретической части исследования. Подбор психологического инструментария. Обработка и анализ результатов тестирования. Соотнесение гипотезы и полученных данных. Выводы. Рекомендации.

*Практика.* Проведение анкетирования, тестирования, обработка полученных результатов, интерпретация данных, соотнесение полученных в ходе исследовательской деятельности результатов с теоретическим анализом по выбранной теме исследования или проекта. Представление научно-исследовательской работы на школьном и/или республиканском туре научно-практической конференция учащихся «Юность – науке и технике».

#### **Раздел 6. Участие в конкурсах, олимпиадах по психологии.**

*Краткое содержание теории:* участие в олимпиадах: Межрегиональная дистанционная олимпиада по психологии «Психология без границ»; Всероссийская дистанционная эвристическая олимпиада по психологии «Эйдос»; Ломоносовская Олимпиада по психологии (МГУ); Профильный конкурс по основам психологии и педагогики «Другая школа»; Организация и проведение квест-игры в школьном лагере Интеллект; Пермский чемпионат по Психологии.

*Практика.* Выполнение заданий, проблемных ситуаций, тестовых заданий по психологии, проведение исследования, анкетирования и другое.

### **Методическое обеспечение рабочей программы**

№ п/п	Наименование разделов и тем	Обеспечение программы методическими видами продукции (разработка игр, бесед, походов, экскурсий, конкурсов, конференций и т.д.)	Рекомендации по проведению лабораторных и практических работ, по постановке экспериментов или опытов и т.д.	Дидактический и лекционный материалы, методики по исследовательской работе и т.д.
1	<b>Раздел 1. Возникновение и развитие психологии как науки.</b>	Инструкция по технике безопасности, разработки уроков, сценарий фестиваля психологии.	лекция, презентация, обсуждение, практикум,	Презентации и материалы исследований по ведущим психологическим направлениям, сценарий, притча о Психее
2	<b>Раздел 2. Личность.</b>	Разработки уроков, сценария фестивалей общения для 5 и 10 классов, разработка беседы о смысле жизни, о профилактике стресса	лекция, презентация, обсуждение, практикум	Презентации, плакаты по эмоциям, шкала перемен по изучению стрессоров, опросник «Способности и склонности», тесты «Темперамент», «Акцентуации характера», притча о смысле жизни
3	<b>Раздел 3. Общение и конфликты</b>	Разработки уроков, сценарий, разработка деловой игры по бесконфликтному общению, положение о детской конфликтной комиссии	лекция, презентация, обсуждение, практикум	Презентации, материалы для стенда, памятки по бескон-фликтному общению, притча про значение общения, видео-нарезки из кинофильмов
4	<b>Раздел 4. Возрастная психология.</b>	Разработки уроков, сценариев театральных психологических миниатюр, теории	лекция, презентация, обсуждение, практикум	Презентации, дидактический и лекционный материалы по возрастной

		периодизации возрастного развития		психологии, видео «Трасса 60», притча о взрослении
5	<b>Раздел 5. Исследовательская, проектная деятельность</b>	Разработки уроков, исследовательские работы учащихся, аналитические справки по проведенным исследованиям	лекция, презентация, обсуждение, исследование	Методики по исследовательской работе, тематика исследовательских работ, презентация уроков
6	<b>Раздел 6. Участие в конкурсах, олимпиадах по психологии.</b>	Олимпиадные задания, разработка сценария, разработка экскурсии в УдГУ, ИППиСТ	самопроверка, тестирование, рефлексия	Дидактический материалы, сценарий квест-игры

### **Условия реализации программы**

Данная программа может быть реализована при взаимодействии следующих составляющих её обеспечения:

#### **1. Материально-техническое обеспечение**

Занятия по программе «Психология как наука и практика» проходят в кабинете № 132, расположенного в МАОУ «Гимназия №56» на 1 этаже. Для реализации программы имеется: учебно-методическая литература, диски с мультимедийным материалом, ноутбук.

#### **2. Методическое обеспечение:**

- учебно-методическая литература;
- учебная и художественная литература по тематике бесед;
- наглядный и раздаточный материал: таблицы, схемы, плакаты, инструкции по технике безопасности;
- методическая продукция по диагностике определения результатов обучения и воспитания: тесты, анкеты, фильмы, вопросники, игры,

#### **3. Информационное обеспечение**

Информационными источниками служат сайты: psy.ru, [www.voppsy.ru](http://www.voppsy.ru), <http://www.psychologos.ru/Психологос>.

Также в работе используются видеоролики с видеохостингов YouTube и RuTube.

Имеются все необходимые фонограммы и аудиозаписи для проведения занятий и мероприятий, социальные видеоролики, иллюстрации. Платформа для видеоконференций ZOOM.

#### **3. Кадровое обеспечение**

- педагог дополнительного образования данной направленности – 1 человек
- Преподавателем данной программы является педагог-психолог Никитина Н.В. Образование высшее – УдГУ, 1996г., 2020 г. - магистратура (на базе УдГУ ИППиСТ) по направлению подготовки «Психология», профиль образовательной программы «Психологическое сопровождение, коррекция и консультирование». Педагогический стаж работы – 25 лет, стаж педагога-психолога – 25 лет.

### **Формы аттестации**

#### **1. Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов**

Планируемые результаты, в соответствии с целью программы, отслеживаются и фиксируются в формах: аналитическая справка, грамота, исследовательская работа,



материал анкетирования и тестирования, методическая разработка, портфолио, фото, свидетельство (сертификат).

## **2. Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов**

Образовательные результаты, в соответствии с целью программы, демонстрируются в формах: аналитическая справка, открытое занятие, защита исследовательских работ, участие в конкурсе, портфолио, участие в Фестивале психологии, психологических конкурсах.

## **3. Оценочные материалы**

Промежуточная аттестация будет осуществляться через:

- анкетирование всех участников программы;
- количественный и качественный анализ результатов проведенных мероприятий с показателем охвата участников;
- мониторинг личного участия в конкурсах, олимпиадах, мероприятиях, акциях разного уровня.

### Календарный учебный график

сентябрь				октябрь					ноябрь			декабрь				январь				февраль				март				апрель				май					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	-	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	
К Г / У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	ПА	ПА	К	У	ПА / У	ПА / У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	АИ / У	АИ / У	АИ / Р

**Количество учебных недель – 36 недель**

**Условные обозначения:**

У – учебные занятия

ПА, АИ – промежуточный и итоговый контроль

Р – резервное время

КГ – набор обучающихся, комплектование объединений, проведение собеседований с обучающимися и их родителями

## Список литературы:

### Список литературы для учителя:

1. Божович Л. И. Проблемы формирования личности: избранные психологические труды / Под ред. Д.И. Фельдштейна. – Москва; Воронеж: Ин-т практической психологии, 1995.
2. Дружинин В.Н. Психология общих способностей. – СПб., 1999. – 368 с.
3. Рабочая книга школьного психолога / Под ред. Дубровиной И.В. – М., 1991. – 303 с.
4. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании: Учебное пособие. М., 1996. – 529 с.
1. Родионов В.А. Я и другие. Тренинги социальных навыков. Для учащихся 1-11 классов. – Ярославль: Академия развития, 2001
2. Роберт Т. Байярд, Джин Байярд «Ваш беспокойный подросток» Практическое руководство для отчаявшихся родителей, Москва. Фонд «Мир», 2003
3. Преподавание психологии в школе: Учебно-методическое пособие. III – XI классы, под редакцией И.В. Дубровиной. – М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж, 2003г.
4. Фридман Л.М. Психология детей и подростков: справочник для учителей и воспитателей. М., 2003.
5. Хухлаева О.А. и др. «Счастливый подросток». – М.: Издательство «Эксмо- Пресс», 2000г.

### Список литературы для ученика:

1. Айхорн А. Трудный подросток. – М., 2001. – 304с.,
2. Драгунова Т. В. «Кризис» объясняется по-разному.// Драгунова Т. В. Подросток.- М., 1976.
3. Мир детства: Подросток/Под ред. А. Г. Хрипковой. - М., 1982. Казанская В. Г. Подросток. Трудности взросления: СПб.: Питер, 2008. 282 с.
4. Немов Р.С. Практическая психология: Познание себя: Влияние на людей: Пособие для учащихся. – М.: Гуманит. Изд. Центр Владос, 2003. Психологический словарь. Под ред. В.П. Зинченко, Б.Г. Мещерякова. М.: Педагогика – Пресс, 1996.
5. Реан А.А., Гатанов Ю.Б., Баранов А.А. Психология 8-11 класс. Учебник. СПб: Издательство «Питер», 2000.
6. Снайдер Д.И. Курс выживания для подростков. – Волгоград, 1992
7. Школьный психолог, газета.